

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut data Biro Pusat Statistik (BPS) tahun 2009, jumlah remaja di Indonesia berumur 10-19 tahun mencapai 43 juta jiwa yaitu sekitar 22% dari seluruh jumlah penduduk di Indonesia (Soetjiningsih, 2007). Masa remaja merupakan masa yang seringkali menimbulkan masalah baik masalah yang bersifat sosial maupun emosional. Menurut Hurlock (1997), masa remaja dikatakan sebagai masa transisi karena belum mempunyai pegangan, sementara kepribadiannya masih mengalami suatu perkembangan, remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisiknya. Remaja masih labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya.

Koentjaraningrat (dalam Afiatin dan Martinah, 2005) menegaskan bahwa, salah satu kelemahan generasi muda Indonesia adalah kurangnya kepercayaan diri. Pernyataan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Afiatin *et al.* (dalam Afiatin dan Martinah, 2005) terhadap remaja siswa SMTA di Kodya Yogyakarta yang menunjukkan, bahwa permasalahan yang banyak dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri. Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang yang mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan (Bandura dalam Sakinah, 2005). Hasil penelitian Anita (2003) menyatakan bahwa individu yang memiliki percaya diri tinggi cenderung

lebih dapat mentoleransi atau menahan rasa sakit, stress, dan situasi-situasi yang menimbulkan kecemasan atau ketegangan daripada individu yang memiliki percaya diri yang rendah.

Kecemasan adalah keadaan tegang yang berlebihan atau tidak pada tempatnya yang ditandai oleh perasaan khawatir, tidak menentu, atau takut. Kecemasan normal apabila mendapatkan ketegangan hidup kemudian dapat segera menyesuaikan diri dalam waktu yang lebih singkat, apabila terus-menerus terjadi kecemasan dimana fungsi homeostatis gagal mengadaptasi maka menjadi kecemasan yang patologis (Maramis, 2009). Kecemasan cenderung merupakan suatu gangguan yang stabil, muncul pada pertengahan remaja sampai pertengahan umur 20-an tahun dan kemudian berlangsung sepanjang hidup (Nevid *et al.*, 2003). Diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan (Gail, 2002) dan sebanyak 47,7 % remaja sering merasa cemas (Haryadi, 2007).

Kecemasan tidak hanya mempengaruhi motorik dan viseral tetapi juga mempengaruhi persepsi, belajar, dan berpikir. Kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain (Kaplan dan Sadock, 2005).

Neill (2005) mengatakan, bahwa kepercayaan diri merupakan perpaduan antara harga diri dengan efikasi diri karena orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi adalah orang yang pandai menilai dengan tepat

atas kelebihan objektif yang dimiliki dan mampu menghargai kepantasan yang ada pada dirinya. Menurut Bandura (1997) efikasi diri adalah keyakinan seseorang bahwa ia dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil yang positif. Remaja yang memiliki efikasi diri rendah akan mudah menyerah saat menghadapi kesulitan-kesulitan menghadapi tugas. Sebaliknya remaja dengan efikasi diri tinggi akan bertahan dalam menghadapi kesulitan dan mencoba mengatasinya hingga tuntas (Schunk dalam Steinberg, 2002). Efikasi diri akan memberi landasan bagi remaja untuk bertindak laku secara tekun, ulet, dan berani menghadapi permasalahan.

Berdasarkan uraian dapat disimpulkan, bahwa kepercayaan diri pada remaja sangat dibutuhkan agar remaja dapat memiliki sarana untuk mengaktualisasikan potensi yang mereka miliki. Kepercayaan diri dapat meningkat jika seseorang mampu dalam mengatasi kecemasan yang terjadi dalam hidupnya, selain itu kepercayaan diri pada remaja dapat dibentuk melalui pengembangan efikasi diri yang baik di kehidupan sehari-hari. Peneliti tertarik untuk melihat perbedaan tingkat kecemasan dan efikasi diri pada mahasiswa program studi kedokteran UNS angkatan 2014 yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan rendah karena belum pernah dilakukan penelitian yang sama sebelumnya. Diharapkan hasil data yang didapatkan dari penelitian bermanfaat serta dapat menjadi referensi informasi dan pengetahuan.

B. Perumusan Masalah

Dengan memperhatikan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

“Adakah perbedaan tingkat kecemasan dan efikasi diri pada mahasiswa program studi kedokteran UNS angkatan 2014 yang memiliki kepercayaan diri tinggi dan rendah?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan dan efikasi diri pada mahasiswa program studi kedokteran UNS angkatan 2014 yang memiliki kepercayaan diri tinggi dan rendah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai kecemasan, efikasi diri dan kepercayaan diri dalam pengembangan ilmu kedokteran jiwa dan psikologi.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja terkait peranan kecemasan dan efikasi diri terhadap kepercayaan diri seseorang, sehingga remaja dapat memahami permasalahan kepercayaan diri.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak-pihak terkait seperti orang tua, pendidik, dokter, psikolog, dan masyarakat sebagai upaya membantu remaja mengatasi

kecemasan dan memiliki keterampilan efikasi diri sehingga remaja mampu meningkatkan kepercayaan diri.

- c. Sebagai masukan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian serupa di masa yang akan datang.